

Coppa del Mondo in Brasile

Livello di guardia 1- precauzioni normali

Pubblicato: 11 marzo 2014

Salvo diversa indicazione, gli URL elencati sulla pagina sono disponibili solo in inglese.



La Coppa del Mondo della Federazione internazionale delle associazioni calcistiche (Fédération Internationale de Football Association, FIFA) è un torneo di calcio che si tiene ogni 4 anni al quale partecipano squadre provenienti da tutto il mondo. La Coppa del Mondo 2014 si terrà dal 12 giugno al 13 luglio 2014 e si svolgerà in dodici città brasiliane.

Se avete previsto di recarvi in Brasile per la Coppa del Mondo FIFA 2014, seguite le raccomandazioni riportate di seguito, che vi aiuteranno a trascorrere un soggiorno sano e sicuro.

Cosa possono fare i viaggiatori per proteggersi?

Prima del viaggio:

- Controllate le informazioni sanitarie dei centri per la prevenzione e il controllo delle malattie (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) per viaggiatori in Brasile al seguente indirizzo: wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/brazil.
- Programmate una visita medica almeno 4-6 settimane prima della partenza. Chiedete consiglio al vostro medico o all'infermiere sui vaccini e sui farmaci consigliati per il Brasile.

- o Il CDC consiglia a tutti i viaggiatori di essere aggiornati con i vaccini normali, inclusi morbillo-parotite-rosolia (MPR), difterite-tetano-pertosse, varicella, antipolio e antinfluenzale.
- o Altri vaccini consigliati possono includere epatite A, tifo, epatite B, febbre gialla e rabbia.
- o Possono essere consigliati anche farmaci contro la malaria e la diarrea del viaggiatore.
- o Per trovare un ambulatorio di medicina per turisti vicino al vostro luogo di residenza, potete consultare la pagina web corrispondente (wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic). Inoltre, la Società internazionale di medicina del turismo (International Society of Travel Medicine) possiede una rubrica mondiale degli ambulatori per turisti al seguente indirizzo www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced.
- Pensate a sottoscrivere una polizza sanitaria e di rimpatrio.
- Preparate un kit sanitario da viaggio (wwwnc.cdc.gov/travel/page/pack-smart).
- Controllate le allerte e le avvertenze di viaggio e leggete i consigli di viaggio del Dipartimento di Stato americano (<http://travel.state.gov/content/passports/english/alertswarnings.html>).
- Iscrivetevi al Programma di iscrizione per turisti intelligenti (Smart Traveler Enrollment Program) (solo per cittadini statunitensi) al seguente indirizzo <http://travel.state.gov/content/passports/english/go/step.html>.
- Lasciate una copia del vostro itinerario, delle informazioni di contatto, delle carte di credito e del passaporto a qualcuno che resti a casa.

Durante il viaggio:

- **Rispettate le regole di sicurezza.** I viaggiatori statunitensi possono essere presi di mira da criminali durante grandi manifestazioni sportive.
 - o Se possibile, non viaggiate di notte, evitate le aree poco raccomandate e non viaggiate soli.
 - o Se bevete alcolici, fatelo con moderazione. Le persone ubriache hanno maggiori probabilità di ferire se stesse o gli altri, farsi coinvolgere in rapporti sessuali a rischio o farsi arrestare.
 - o Portate con voi una copia del passaporto e del visto di entrata; lasciate il passaporto al sicuro in albergo.
 - o Tenete a portata di mano le informazioni di contatto per l'ambasciata o il consolato italiano in Brasile più vicini (http://travel.state.gov/content/passports/english/country/brazil.html#more_embassies) e i numeri di emergenza: 190 (polizia), 192 (ambulanza) e 193 (vigili del fuoco). Vi preghiamo di notare che questi numeri di emergenza locali sono disponibili solo in portoghese.

- o Rispettate tutte le leggi e i costumi locali.
 - o Non indossate abiti costosi o gioielli.
 - o Chiudere sempre a chiave le porte dell'albergo e riponete gli oggetti di valore in luoghi protetti.
 - o Se possibile, scegliete camere di albergo dal 2° al 6° piano. Una camera al 1° piano di un albergo è più accessibile ai criminali. Le camere al 7° piano e oltre possono essere difficili da evacuare in caso di incendio.
- **Rispettate le norme di sicurezza per quanto riguarda acqua e cibo:** mangiando cibo contaminato o bevendo acqua o bibite contaminate potete ammalarvi di epatite A, febbre tifoidea e diarrea del viaggiatore.
- o Mangiate carne, pesce, uova e verdure ben cotte e serviti caldi.
 - o Mangiate solo frutta lavata in acqua pulita o sbucciata.
 - o Evitate il latte non pastorizzato e i latticini.
 - o Evitate verdure crude (come insalate e intingoli).
 - o Evitate il cibo dei venditori ambulanti.
 - o Bevete bevande imbottigliate e sigillate (acqua, bibite gasate, bibite energetiche) o che sono state bollite (caffè e tè caldi).
 - o Evitate di bere alle fontane e di mettere ghiaccio nelle bevande.
- **Evitate le punture di zanzara e utilizzate un repellente per insetti:** le malattie trasmesse dalle zanzare, come la malaria, la dengue e la febbre gialla sono comuni in Brasile.
- o Coprite la pelle indossando magliette a maniche lunghe, pantaloni lunghi e cappelli.
 - o Utilizzate del repellente per insetti sulle parti esposte.
 - o Pensate a indossare abiti e articoli trattati con permetrina (come stivali, pantaloni, calze e tende). Potete acquistare gli abiti e gli articoli già trattati o potete trattarli voi stessi.
 - o Soggiornate e dormite in camere protette o con aria condizionata, oppure utilizzate una zanzariera da letto se la zona in cui pernottate è esposta all'esterno.
 - o Potete anche avere bisogno di una prescrizione medica per proteggervi dalla malaria o di farvi vaccinare contro la febbre gialla. Chiedete consiglio al medico o all'infermiere su cosa dovete fare. (Vedere riquadro qui sotto.)

Informazioni sulla febbre gialla e sulla malaria in Brasile.

Vaccino contro la febbre gialla

Requisiti: nessuno

Consigli:

- Consigliato per tutti i viaggiatori di età ≥ 9 mesi che si recano nelle seguenti aree: tutti gli stati di Acre, Amapá, Amazonas, Distrito Federal (inclusa la capitale Brasilia), Goiás, Maranhão, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Minas Gerais, Pará, Rondônia, Roraima, Tocantins e le aree indicate dei seguenti stati: Bahia, Paraná, Piauí, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e São Paulo (stato). La vaccinazione è consigliata anche per i viaggiatori che visitano le cascate di Iguazu. Si noti che nel 2011, il Ministero della Salute brasiliano ha ampliato l'elenco delle municipalità per le quali si consiglia il vaccino contro la febbre gialla nei 4 stati sud-orientali di São Paulo, Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul.
- Non consigliato per i viaggiatori i cui itinerari si limitano ad aree non indicate qui sopra, incluse le città di Fortaleza, Recife, Rio de Janeiro, Salvador e San Paolo.
- Vedere mappa 3-17 al seguente indirizzo wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-3-infectious-diseases-related-to-travel/yellow-fever#4274.
- Per maggiori informazioni, consultate i consigli sui vaccini per municipalità e per stato fornite dal Ministero della Salute brasiliano al seguente indirizzo wwwnc.cdc.gov/travel/pdf/yellow-fever-vaccine-recs-brazil-2014.pdf.

Malaria

Aree con malaria: stati di Acre, Amapá, Amazonas, Mato Grosso, Maranhão, Para, Rondonia, Roraima e Tocantins. Presente anche in aree urbane, incluse città come Belem, Boa Vista, Macapa, Manaus, Maraba, Porto Velho e Santarem. Nessuna trasmissione alle cascate di Iguazu.

Rischio stimato di malaria per i viaggiatori statunitensi: basso.

Resistenza ai medicinali: cloroquina (con riferimento alla malaria da *Plasmodium falciparum*).

Specie di malaria: *P. vivax* 85%, *P. falciparum* 15%.

Chemioprofilassi consigliata: atovaquone-proguanil, doxiciclina o meflochina.

- **Seguite le indicazioni per i climi caldi:** la disidratazione e le malattie correlate al caldo sono comuni durante gli eventi sportivi.

o Bevete moltissima acqua (in bottiglia!).

- o Combattete il caldo indossando abiti ampi, leggeri, di colore chiaro e restando all'ombra.
- o Indossate un cappello, occhiali da sole e una protezione solare (con almeno fattore SPF 15 e protezione da UVA e UVB).
- **Evitate di nuotare nell'acqua dolce - laghi e fiumi.** La schistosomiasi è una parassitosi che può diffondersi nell'acqua e può causare problemi di salute gravi.
- **Riducete il rischio di malattie sessualmente trasmissibili (MST):** quando si fa festa, le persone possono coinvolgere i turisti in relazioni sessuali rischiose, in particolare se si è fatto uso di alcolici o di droghe. Utilizzate un profilattico ogni volta che avete un rapporto sessuale. Utilizzate profilattici acquistati in un punto vendita affidabile.
- **Scegliete mezzi di trasporto sicuri: *gli incidenti con veicoli a motore sono la causa principale di decesso di turisti statunitensi sani in paesi stranieri.*** Per ridurre al minimo il rischio di restare feriti in un incidente:
 - o Allacciate sempre le cinture di sicurezza e mettete i bambini nei seggiolini.
 - o Quando possibile, evitate di guidare quando è buio.
 - o Non guidate motociclette. Se guidate una motocicletta, indossate un casco.
 - o Informatevi sulle leggi stradali locali prima di mettervi al volante.
 - o Non bevete se dovete guidare.
 - o Utilizzate solo taxi con insegna e con cinture di sicurezza.
 - o Evitate bus o pullman troppo affollati e con peso eccessivo.
 - o Fate attenzione quando attraversate la strada.
- **Riducete la vostra esposizione ai germi:** lavatevi spesso le mani ed evitate il contatto con le persone malate. Seguite questi consigli per evitare di ammalarvi o di trasmettere malattie agli altri quando viaggiate:
 - o Lavatevi spesso le mani, in particolare prima di mangiare.
 - o Se acqua e sapone non sono disponibili, pulitevi le mani con disinfettante antibatterico per le mani (che contenga almeno il 60% di alcol).
 - o Non toccatevi occhi, naso o bocca. Se dovete toccarvi la faccia, assicuratevi di avere le mani pulite.
 - o Copritevi la bocca e il naso con un fazzoletto o con la manica (non con le mani) quando tossite o starnutite.

- o Cercate di evitare il contatto con le persone malate.
- o Se siete malati, rimanete a casa o in albergo, a meno che non abbiate bisogno di cure mediche.

• **Se vi ammalate durante il viaggio:**

- o Contattate un medico o un infermiere se vi sentite molto male, in particolare in caso di febbre.
- o Evitate il contatto con altre persone quando siete malati.
- o Le seguenti risorse offrono un elenco dei medici e degli ambulatori che possono curare i viaggiatori:

- Joint Commission International (www.jointcommissioninternational.org). Il sito web è disponibile in diverse lingue; selezionate una lingua nell'angolo superiore sinistro della pagina.
- La Società internazionale di medicina del turismo possiede una rubrica mondiale degli ambulatori al seguente indirizzo www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced
- Associazione internazionale di assistenza medica ai viaggiatori (International Association for Medical Assistance to Travelers) (www.iamat.org). È necessario iscriversi, ma è gratuito.

Dopo il viaggio:

- Se non vi sentite bene dopo il viaggio, potreste aver bisogno di consultare un medico. Parlate al medico del vostro viaggio, indicando dove siete stati e cosa avete fatto durante il viaggio. Dite anche al medico se siete stati morsi o graffiati da un animale durante il viaggio.
- Se avete bisogno di aiuto per trovare uno specialista di medicina del turismo, cercate sull'apposita pagina (wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic). Inoltre, la Società internazionale di medicina del turismo possiede una rubrica mondiale degli ambulatori per turisti al seguente indirizzo www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced.
- Se il medico vi ha prescritto un farmaco antimalarico per il viaggio, continuate a prendere le pillole rimanenti dopo il ritorno a casa. Se interrompete il farmaco troppo presto, rischiate ancora di ammalarvi.
- **La malaria è sempre una malattia grave e può essere mortale.** Se vi ammalate con febbre durante il viaggio in una zona a rischio di malaria o dopo essere tornati a casa (fino a 1 anno dopo il rientro), dovete consultare **immediatamente** un medico e spiegargli come si è svolto il viaggio.